Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

Нижегородский институт управления – филиал РАНХиГС
(наименование института (факультета))
Кафедра философии, социологии и психологии управления
(наименование кафедры)

УТВЕРЖДЕНО
Директор Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Парамонов Александр Васильевич
Подписано цифровой подписью: Парамонов Александр Васильевич
Дата: 2024.04.24 11:23:26 +03'00'

ПРОГРАММА МАГИСТРАТУРЫ

«Управление стабильностью регионального развития»
(наименование образовательной программы)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ, реализуемой с применением электронного (онлайн) курса

Б1.В.ДВ.02.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности
(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)

38.04.01 Экономика
(код и наименование направления подготовки)
очная, заочная
(форма обучения)

Год набора – 2024

Нижний Новгород, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы....4

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО....4

3. Содержание и структура дисциплины....5

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся....6

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине....9

6. Методические материалы по освоению дисциплины с применением ЭК....12

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет....15

7.1. Основная литература....15

7.2. Дополнительная литература....15

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация....15

7.4. Интернет-ресурсы....16

7.5. Иные источники....16

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы....16

Автор-составитель:

Профессор кафедры философии, социологии и психологии управления, доктор социологических наук, профессор	С.А. Тихонина
(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)	*(Ф.И.О.)*

И.о. заведующего кафедрой философии, социологии и психологии управления, кандидат социологических наук	Н.В. Шангин
(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)	*(Ф.И.О.)*

РПД Б1.В.ДВ.02.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности одобрена на заседании кафедры философии, социологии и психологии управления.

Протокол от 05 февраля 2024 г. № 7.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

1.1. Дисциплина Б1.В.ДВ.02.03 «Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Таблица 1

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
ПКс-3	Способен самостоятельно осуществлять подготовку заданий и разрабатывать стратегии социально-экономического развития региона, а также предложения и мероприятия по их реализации	ПКс-3.2	Способен разрабатывать стратегии социально-экономического развития региона с учетом его особенностей

1.2. Студенты также должны овладеть умениями:

– технологий саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности оценки эффективность социальных проектов, их значимость в стратегии экономической безопасности;

– профилактики трудового стресса и профессионального выгорания, приёмами саморегуляции эмоционального состояния.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.03 «Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности» является дисциплиной по выбору и в соответствии с учебным планом осваивается на очной форме обучения на 2 курсе в 3 семестре, на заочной форме обучения на 2 курсе. Общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах – 3 (108 академических часов/ 81 астрономический час).

Освоение дисциплины опирается на теоретические и практические знания в области деловых коммуникаций в профессиональной сфере.

При очной форме обучения на контактную работу с преподавателем выделено 30 часов, из них 10 часов лекций и 20 часов практических занятий, на самостоятельную работу обучающихся выделено 74 часов, 4 часа на контроль.

При заочной форме обучения на контактную работу с преподавателем выделено 20 часов, из них 4 часа лекций, 16 часов практических занятий, 4 часа на контроль, на самостоятельную работу обучающихся выделено 84 часа.

Форма промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом: зачет с оценкой.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Таблица 2

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины , час.						Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л/ЭО, ДОТ*	ЛР/ ЭО ДОТ*	ПЗ/ ЭО ДОТ*	КСР		
Очная форма обучения								
Тема 1	Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности	22	2		4		16	О, Дис, М
Тема 2	Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	22	2		4		16	О, Дис, М, Д
Тема 3	Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	22	2		4		16	О, Дис, М, Д
Тема 4	Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	22	2		4		16	О, Дис, К, МШ
Тема 5	Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	20	2		4		14	Э
Промежуточная аттестация		4						Зачет с оценкой
Всего (в з.е./акад.часах/астр.часах):		**3/108/81**	**10/7**		**20/15**		**74/55,5**	**4/3**
Заочная форма обучения								
Тема 1	Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности	22	4		2		16	О, Дис, М
Тема 2	Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	18			2		16	О, Дис, М, Д
Тема 3	Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	20			4		16	О, Дис, М, Д
Тема 4	Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	22			4		18	О, Дис, К, МШ
Тема 5	Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	22			4		18	Э
Промежуточная аттестация		4						Зачет с оценкой

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины , час.						Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л/ЭО, ДОТ*	ЛР/ ЭО ДОТ*	ПЗ/ ЭО ДОТ*	КСР		
Всего (в з.е./акад.часах/астр.часах):		**3/108/81**	**4/3**		**16/12**		**84/63**	**4/3**

Примечание:

** – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом;*

*** – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), дискуссия (Д), Э (эссе), работа в микрогруппах (М), мозговой штурм (МШ), доклад (Д)*

3.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности

Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности. Определение социальной адаптации. Этапы адаптации. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации. Понятие дезадаптации. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

Тема 2. Модели поведения человека в организации

Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности. Модели организационного поведения. Принципы построения модели организационного поведения. Формирование поведенческих моделей в организации и первичные навыки их диагностики.

Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека

Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты. Принятие решений и постановка цели. Понятия: целеполагание, целенаправленность и целедостижение; их взаимосвязь и взаимодополнение. Колесо баланса жизненных целей. Формула успеха достижения целей. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.

Тема 4. Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.

Понятие успеха. Критерии успешности. Понятие удачи. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения. Прокрастинация: причины возникновения и способы её преодоления. Сила намерения. Самооценка и ограничивающие убеждения. Типологические особенности успешного человека. Простые техники тренировки достижения успеха.

Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.

Шкала эмоций человека. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности. Понятие стресса и дистресса. Теория стресса Г. Селье. Факторы стресса в трудовой деятельности. Понятие профессионального выгорания. Основные причины профессионального выгорания. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

В ходе реализации дисциплины Б1.В.ДВ.02.03 «Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

Таблица 3

Тема (раздел)	Методы текущего контроля успеваемости
Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности	Опрос, дискуссия, работа в микрогруппах
Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	Опрос, доклад, дискуссия, работа в микрогруппах
Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	Опрос, доклад, дискуссия, работа в микрогруппах
Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	Опрос, коллоквиум, дискуссия, мозговой штурм
Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	Эссе

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Примерные вопросы для фронтального опроса по темам 1-4

1. Как вы понимаете термин адаптация?
2. Как вы думаете, сколько может длиться адаптация к трудовой деятельности?
3. Что, по вашему мнению, обусловливает поведение человека при осуществлении трудовой деятельности?
4. Чем отличается цель от мечты?
5. В чём разница между желанием и намерением?
6. Чем отличается цель от намерения?
7. Что такое успех?
8. Что значит удача и чем она отличается от успеха?

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 1 *Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности*

Примерные вопросы для дискуссии и сообщений по теме 1

1. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.
2. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.
3. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 2. *Модели поведения человека в организации*

Примерные вопросы для дискуссии и докладов по теме *2*

1. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.
2. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности.
3. Модели организационного поведения.
4. Принципы построения модели организационного поведения.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 3. *Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека*

Примерные вопросы для дискуссии и докладов по теме 3

1. Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты.
2. Принятие решений и постановка цели.
3. Целеполагание. Целенаправленность. Целедостижение.
4. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 4. *Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.*

Примерные вопросы для дискуссии и сообщений по теме *4.*

1. Соотношений понятий успеха и удачи.
2. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.
3. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.
4. Самооценка и ограничивающие убеждения.
5. Типологические особенности успешного человека.

Примерные темы коллоквиума для самостоятельной подготовки по теме 4

1. Понятие успеха.
2. Критерии успешности.
3. Понятие удачи.
4. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.
5. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.
6. Прокрастинация и пути её преодоления.
7. Сила намерения.
8. Простые техники тренировки достижения успеха.

Примерный перечень тем для мозгового штурма

1. Понятие и критерии цели
2. Желания и мечты: в чём разница.
3. Принятие решений и постановка цели.
4. Целеполагание и целенаправленность: в чём разница.
5. Сектора колеса баланса жизненных целей.
6. Формула успеха достижения целей.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 5. *Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.*

Примерные темы эссе для самостоятельной подготовки по теме *5*

1. Шкала эмоций человека.
2. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
3. Понятие стресса и дистресса.
4. Теория стресса Г. Селье.
5. Факторы стресса в трудовой деятельности.
6. Понятие профессионального выгорания.
7. Основные причины профессионального выгорания.
8. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания.
9. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

Работа в микрогруппах по темам 1-3

Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач

путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.

Этап погружения в совместную деятельность

Основная задача: формирование мотивации к совместной деятельности, проявление инициатив участников.

1) раздается текст студентам;

2) определяется основная проблема, лежащая в основе кейса.

Этап организации совместной деятельности

Основная задача: организация деятельности по решению проблемы, деятельность может быть организована в малых группах или индивидуально.

1) студенты распределяются по группам и в отведенное время, отвечают на вопросы;

2) студенты составляют индивидуальные ответы в единой позиции для презентации;

3) выбирается спикер, который будет презентовать решение;

4) оценивается содержательная сторона решения, техника презентации;

5) преподаватель организует и направляет общую дискуссию.

Этап анализа и рефлексии совместной деятельности

Основная задача: проявить образовательные и учебные результаты работы с кейсом.

1) анализируется эффективность организации занятия;

2) ставятся задачи для дальнейшей работы;

3) преподаватель завершает дискуссию, анализирует работу групп, подводит итоги.

Типовое задание для работы в микрогруппе:

Студенты разбиваются на группы по 4-5 человек

Каждая группа получает от преподавателя сюжет (описание) социального взаимодействия субъектов в ситуации, соответствующей изучаемой теме. Студенты выполняют задания по изученному алгоритму, применяя методики анализа современных социальных явлений и процессов, отрабатывая умение интерактивного взаимодействия и сотрудничества, толерантного поведения в социуме, используя методы формирования команды и определения собственной роли в работе команды, применяя знания динамических процессов и особенностей ролевых позиций в группе.

Время одного раунда – 15-20 мин.

Шеринг в микрогруппе – 5 мин.

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Зачет с оценкой проводится с применением следующих методов (средств): проведение устного зачета, включающего теоретическую часть и практико-ориентированное задание, требующее демонстрации уровня владения умениями.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Таблица 4

Индикаторы и критерии оценивания

Компонент компетенции	Промежуточный индикатор оценивания	Критерий оценивания
ПКс-3.2	ИПКс-3.2 Демонстрирует умения по самостоятельной разработке стратегии социально-экономического развития региона с учетом его особенностей.	Демонстрация умения использовать социально-психологические технологии адаптации к различным видам профессиональной деятельности

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Перечень типовых теоретических вопросов к зачету с оценкой:

1. Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности.

2.Определение социальной адаптации.

3.Этапы адаптации.

4.Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.

5.Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.

6. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

7. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.

8. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности.

9. Модели организационного поведения.

10. Принципы построения модели организационного поведения.

11. Формирование поведенческих моделей в организации и первичные навыки их диагностики.

12. Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты.

13.Принятие решений и постановка цели.

14. Характеристика процесса целеполагания.

16. Характеристика целенаправленности.

17. Понятие целедостижения.

18. Колесо баланса жизненных целей.

19. Формула успеха достижения целей.

20. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.

21. Понятие успеха.

22. Критерии успешности.

23. Понятие удачи.

24. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.

25. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.

26. Основные направления повышения его эффективности человека в трудовой деятельности

27. Сила намерения.

28.Самооценка и ограничивающие убеждения.

29. Типологические особенности успешного человека.

30. Простые техники тренировки достижения успеха.

31. Шкала эмоций человека.

32. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.

33. Понятие стресса

34. Понятие дистресса.

35. Теория стресса Г. Селье.

36. Факторы стресса в трудовой деятельности.

37. Понятие профессионального выгорания.

38. Основные причины профессионального выгорания.

39. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания.

40. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

Примеры практико-ориентированных (практических) заданий к зачету с оценкой:

Компонент компетенции ПКс-3.2 Способен разрабатывать стратегии социально-экономического развития региона с учетом его особенностей

Задание

Прочтите характеристику типа личности менеджера и проанализируйте ситуацию с точки зрения реализации роли в команде:

Тип менеджера «венчурный менеджер» (по классификации Майерс Бригс) умеет подбирать людей в команду и организовать их деятельность, успешно устанавливает новые контакты. Вместе с тем он испытывает затруднения при доведении работы до конца, быстро теряет интерес к деятельности, если она носит рутинный характер.

На каком этапе реализации проекта по социально-экономическому развитию региона будет эффективным такой тип менеджера?

Обоснуйте ответ.

Задание

Прочтите определение двух ведущих мотиваций и проанализируйте как их целесообразно использовать в консалтинговой деятельности:

Мотивация избегания ошибки – это устойчивое стремление человека избегать неудачи, порицания, наказания. Люди, имеющие склонность к такому типу мотивации опасаются делать ошибки, критики окружающих.

Мотивация успеха – это устойчивое стремление человека достигать высоких результатов, независимо от рода занятий. Люди с данным типом мотивации при наличии препятствий ищут способы их преодоления, отличаются настойчивостью их достижения.

Проанализируйте: могут ли два человека с разными типами мотивации достичь одинаковых успехов? Если они достигли одинаковых успехов – то в чём разница?

При каких условиях в реализации социально-экономических проектов в регионе будут эффективны различные мотивации в команде проекта? Обоснуйте ответ.

Шкала оценивания

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета (дифференцированного зачета - зачет с оценкой) без применения балльно-рейтинговой системы оценивания - посредством аттестационных испытаний в форме традиционного зачета.

Результаты промежуточной аттестации оцениваются по традиционной балльной системе оценивания («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Наряду с оцениванием учебных достижений обучающихся по принятой образовательной организации системе оценок и использованием ее при оформлении официальных дипломов Академии о высшем образовании, вводят повышенный («Excellent» и «Good») и базовый («Very good» и «Satisfactory») уровень оценок «отлично» и «хорошо» для использования при оформлении ЕПД, согласно Положению об оформлении и выдаче ЕПД.

Таблица 5

Соответствие академической оценке

<table>
<tr><th colspan="2">Академическая оценка</th><th colspan="2">Оценка по шкале ESTS</th></tr>
<tr><td rowspan="5">зачтено</td><td rowspan="2">отлично</td><td rowspan="5">Passed</td><td>A (Excellent)</td></tr>
<tr><td>B (Very Good)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">хорошо</td><td>C (Good)</td></tr>
<tr><td>D (Satisfactory)</td></tr>
<tr><td>удовлетворительно</td><td>E (Sufficient)</td></tr>
<tr><td>не зачтено</td><td>неудовлетворительно</td><td>-</td><td>-</td></tr>
</table>

Критерии оценивания в ходе промежуточной аттестации

Оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся:

– если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает его на зачете, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое решение; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют высокую степень сформированности соответствующих компетенций.

Оценка **«хорошо»** выставляется обучающемуся:

– если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют хорошую степень сформированности соответствующих компетенций.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающемуся:

– если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют удовлетворительную степень сформированности соответствующих компетенций.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся:

– если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы; учебные достижения и результатами текущего контроля успеваемости демонстрируют низкую степень сформированности соответствующих компетенций.

6. Методические материалы по освоению дисциплины с применением ЭК

Обучение по дисциплине предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекции, практические/семинарские) и самостоятельной работы обучающихся.

Самостоятельная работа обучающихся предусматривает освоение материалов, размещенных в системе дистанционного образования Академии https://lms.ranepa.ru.

Авторизация на сайте СДО (https://lms.ranepa.ru) производится с использованием персонального аккаунта.

Обучение по дисциплине «Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности» предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекции, семинарские) и самостоятельной работы студентов. Работа обучающихся по подготовке к учебным занятиям должна предполагать следующие этапы:

Подготовка к лекции студентами заключается в следующем:

– повторить материал предыдущей лекции, прочитав его повторно;

– ознакомиться с темой предстоящей лекции (в рабочей программе учебной дисциплины);

– ознакомиться с учебными материалами по данной теме в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины или с электронными материалами, предложенными лектором;

– записать возможные вопросы, которые можно будет задать лектору.

Подготовка к семинарским занятиям:

– внимательно прочитать материал лекций относящихся к данному занятию, ознакомиться с учебными материалами, включая электронные в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины;

– подготовить развернутые ответы на вопросы, предложенные в рабочей программе дисциплины для обсуждения;

– выполнить задания, если они предусмотрены в письменной форме;

– понять, что для вас осталось неясными и постараться получить на них ответ заранее;

– готовиться к практическим/семинарским занятиям можно как индивидуально, так и в составе малой группы;

– рабочую программу учебной дисциплины необходимо использовать в качестве основного ориентира в организации обучения;

– электронной версии рабочей программы по дисциплине размещена на сайте Нижегородского института управления и предоставлен авторизованный доступ.

Самостоятельная работа студентов призвана закрепить теоретические знания и практические навыки, полученные студентами на лекциях, практических и семинарских занятиях.

Самостоятельная работа студентов проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать справочную документацию и специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формированию самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Эффективность лекционных, семинарских и практических занятий по дисциплине во многом зависит от качества самостоятельной работы студентов, от их самоподготовки. Часть времени, отведенного на самостоятельную работу должна использоваться на подготовку к аудиторным занятиям, другая часть на выполнение самостоятельной работы, осмысление и оформление результатов практических **занятий.**

При подготовке к занятиям студенту полезно:

- изучить теоретический материал по данной теме (конспект занятия);
- ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем;
- выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию;
- составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;
- заниматься самостоятельным поиском дополнительной литературы по изучаемой теме.

Подготовка к зачету с оценкой:

К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией:

– программой дисциплины;

– перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть;

– тематическими планами лекций, семинарских занятий;

– учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами;

– перечнем заданий, а также методическими рекомендациями по их выполнению;

– перечнем вопросов к зачету.

Систематическое выполнение всех видов заданий на лекциях, практических/семинарских занятиях, а также самостоятельная работа позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи зачета**.**

Вопросы для самостоятельной подготовки

Примерные вопросы для самостоятельной подготовки по теме 1 *Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности*

1. Виды адаптации в профессиональной деятельности.
2. Характерные затруднения социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.
3. Причины основных затруднений профессиональной адаптации.
4. Регулятивные, оценочные, санкционирующие и стабилизирующие функции групповых норм

Примерные вопросы для самостоятельной подготовки по теме *2 Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.*

1. Типология сотрудников и их основные социально-психологические характеристики.
2. Специфика поведения в организации в зависимости от типа сотрудника.
3. Типология руководителей и уровень развития организации
4. Фильтры восприятия и модели организационного поведения.

Примерные вопросы для самостоятельной подготовки по теме 3 *Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека*

1. Индивидуальная система смыслов, самобытность, неповторимость, уникальность личности.
2. Жизненное и профессиональное самоопределение.
3. Сферы жизни, в которых человек может найти смысл своей жизни.
4. Связь смысла жизни с будущим, настоящим и прошлым человека.
5. Смысл жизни - ведущий критериий сформированности личности.

Примерные вопросы для самостоятельной подготовки по теме *4 Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.*

1. Критерии оценки успеха.
2. Дифференциация понятий «успех» и «успешность».
3. Субъективное переживание и условия достижения успеха.
4. Стереотипные представления об успехе и успешном человеке.
5. Способы достижения успеха

Примерные вопросы для самостоятельной подготовки по теме *5 Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.*

1. Саморегуляция как способ восстановления сил и мобилизации ресурсов организма.
2. Управление психоэмоциональным состоянием с помощью слов, мыслеобразов и др.
3. Эмоциональное напряжение специалиста.
4. Профессиональный стресс и проблема эмоционального выгорания.
5. Психическая регуляция как способ профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Примерные темы эссе для самостоятельной подготовки по теме *5*

1. Шкала эмоций человека.
2. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
3. Понятие стресса и дистресса.
4. Теория стресса Г. Селье.

5. Факторы стресса в трудовой деятельности.
6. Понятие профессионального выгорания.
7. Основные причины профессионального выгорания.
8. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания.
9. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

7.1. Основная литература

1. Психология труда, инженерная психология и эргономика в 2 ч. Часть 2 : учебник / В. В. Барабанщикова, Б. Б. Величковский, В. М. Девишвили [и др.] ; Е. А. Климов [и др.] ; под редакцией Е. А. Климова, О. Г. Носковой, Г. Н. Солнцевой. – Москва : Юрайт, 2022. – 186 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00131-0. – Текст : электронный // ЭБС "Юрайт" : [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/492049. – Режим доступа: по подписке.

2. Психология труда, инженерная психология и эргономика в 2 ч. Часть 1 : учебник / В. В. Барабанщикова, Б. Б. Величковский, В. М. Девишвили [и др.] ; Е. А. Климов [и др.] ; под редакцией Е. А. Климова, О. Г. Носковой, Г. Н. Солнцевой. – Москва : Юрайт, 2022. – 351 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00129-7. – Текст : электронный // ЭБС "Юрайт" : [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/492048. – Режим доступа: по подписке.

7.2. Дополнительная литература

1. Гуревич, П.С. Психология личности [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов/П.С. Гуревич — Электрон. дан.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015.— 566 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/52637. - Загл. с экрана.

2. Психология труда : учебник и практикум для академического бакалавриата [Электронный ресурс] / А. В. Карпов [и др.] ; под ред. А. В. Карпова. – Электрон. дан.— 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 364 с. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/0A561BDF-F3E3-4858-BC25-962E3F6346DE. – Загл. с экрана.

3. Степанова, Н.В. Основы психологии труда [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Н.В. Степанова— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013.— 110 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/21836.html. – Загл. с экрана.

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Конституция Российской Федерации.

2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.04.2021 №245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»

4. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 38.04.01 Экономика, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 11.08.2020 №939 (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 26.08.2020, регистрационный номер № 59459.

5. Образовательный стандарт Академии по направлению подготовки 38.04.01 Экономика, утвержденный Приказом Российской академии народного хозяйства и государственной службы Российской Федерации при Президенте Российской Федерации от 29 марта 2021 года №01-3037.

7.4. Интернет-ресурсы

1. Научная электронная библиотека eLibrary
2. Научная электронная библиотека КиберЛенинка
3. Открытый электронный репозиторий научных статей и репринтов SocialScienceResearchNetwork
4. Административно-управленческий портал http://www.aup.ru/
5. Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
6. Официальный сайт Правительства Нижегородской области http://www.government-nnov.ru
7. РосБизнесКонсалтинг http://nn.rbc.ru/
8. Официальный сайт Министерства экономического развития РФ http://economy.gov.ru/

7.5. Иные источники

1. Козьяков, Р.В. Социальная психология : учебник / Р.В. Козьяков. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 376 с. : рис., табл. - ISBN 978-5-4458-3613-1.
2. Социальная психология : учебник / под ред. А.М. Столяренко. - 2-е изд., доп. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 511 с. - ISBN 978-5-238-01480-7.

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

8.1. Материально-техническая база

Перечень материально-технического обеспечения:

1. Учебные аудитории, оборудованные для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, коллоквиумов, мероприятий текущего контроля и промежуточной аттестации, в том числе мультимедийным оборудованием для демонстрации электронных презентаций и аудио- и видеоматериалов.
2. Компьютерные классы для выполнения групповых тестовых и иных заданий, а также для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой и обеспечением доступа к сети «Интернет» и доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
3. Специализированные аудитории и лаборатории.
4. Библиотека с обеспечением печатными изданиями или электронно-библиотечная система обеспечивающая доступ к электронным изданиям (электронная библиотека).
5. Читальный зал.
6. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV и др.

8.2. Информационные технологии, программное обеспечение:

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется информационные технологии и программное обеспечение:

1. Современная операционная система.
2. Kaspersky Endpoint Security (или аналог).
3. Средство просмотра файлов формата pdf.
4. Современные офисные средства (текстовые и табличные редакторы, средства работы с презентационными материалами и т.д.).

5. Архиватор 7-Zip.
6. Система дистанционного обучения.
7. Автоматизированная библиотечная система.

8.3. Информационные справочные системы:

1. https://www.urait.ru –Электронно-библиотечная система [ЭБС] Юрайт;
2. http://www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система [ЭБС] «IPR SMART» (ранее – IPRBooks)
3. https://e.lanbook.com - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Лань».
4. https://znanium.com - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Znanium.com».
5. https://www.book.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Book.ru».
6. https://ibooks.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «ibooks.ru».
7. https://www.ezproxy.ranepa.ru:2443/login?url=https://dlib.eastview.com/ – East View. Полные тексты российских научных и практических журналов, а так же газет центральной прессы России.
8. https://www.ezproxy.ranepa.ru:2443/login?url=https://grebennikon.ru/ - Полные тексты 38 научно-практических журналов по маркетингу, менеджменту, финансам и управлению персоналом ИД «Гребенников»
9. http://www.consultant.ru/ - Справочно-правовая система «Консультант».
10. http://www.garant.ru/ Справочно-правовая система «Гарант».